

LAST MAN STANDING

BACKYARD

6706 METER ULTRA[®] 4.167 MILES

DOMINICAN REPUBLIC

A 2020 BACKYARD GOLDEN TICKET RACE

Reglas para Last Man Standing Backyard Ultra Dominican Republic

1) RUTA

- . Loop único o ida y regreso
- . Distancia de 4 millas y 880 pies de largo (6.7056 km)
- . 60 minutos para completar la distancia

2) CORRAL DE SALIDA

- . Deben caber todos los corredores
- . El corral mantiene el mismo tamaño durante todo el evento.
- . Participantes deben estar dentro del corral al momento de sonar la campana que marca el inicio de la carrera.

3) SALIDA

- . Cada vuelta inicia exactamente 1 hora (60 minutos) después de la vuelta precedente.
- . Advertencia de salida se dará 3, 2, y 1 minuto antes de cada salida.
- . Todos los competidores deben estar dentro del corral, no hay salidas tardías.

4) LOOPS

- . El competidor puede abandonar el campo solo para ir al baño, por ninguna otra razón puede abandonar la ruta .
- . No se aceptan personas en la ruta (esta regla incluye a los participantes descalificados).
- . No personal de ayuda en la ruta, solo en los puntos designados.
- . El loop debe completarse dentro de los 60 minutos incluyendo la vuelta final.
- . No bastones de trekking u otro tipo de ayuda.
- . Los corredores lentos deberán ceder el paso a los demás.

5) CRONOMETRAJE

- . El cronometraje de las vueltas es opcional.

6) GANADOR / RESULTADOS

- . El ganador es la última persona en completar el circuito.
- . Todos los demás son técnicamente DNF (descalificados).
- . Serán dados los resultados de cada corredor en terminos de la distancia recorrida.
- . Si la última persona no puede completar la última vuelta en 60 minutos, no hay ganador .

7) DURACION

- . Carrera sin limite de tiempo.

Rules for the Last Man Standing Backyard Ultra Dominican Republic

1) COURSE

- . Loop or out and back
- . Must be 4 miles 880 feet in length
- . Metric equivalent 6.7056 kilometers

2) STARTING CORRAL

- . Measured to fit entire starting field
- . Corral stays the same size thru out the event
- . Participants must be in the starting corral at the bell

3) STARTS

- . Each loop starts precisely 1 hour after the last
- . Warning must be given 3, 2, and 1 minutes prior to start
- . All competitors must start at the bell (no late starts)

4) LOOPS

- . Except for restrooms, competitor may not leave the course until each loop is completed
- . No non-competitors on the course (including eliminated runners)
- . No personal aid during a loop (common aid stations are allowed)
- . Each loop must be completed within an hour to be counted... including the final lap.
- . No artificial aids (including trekking poles)
- . Slower runners must allow passes.

5) TIMING

- . Timing of the loops is optional

6) WINNER/RESULTS

- . The winner is the last person to complete a loop
- . All others are technically DNF
- . Results of each runner in terms of distance covered are to be given.
- . If no runner can complete one more loop than anyone else, there is no winner.

7) CAP

- . Race must be open ended